

# طبقه هفتم

نویسنده:

سونیا نوری



انتشارات باران بهار

تهران-۱۴۰۲

سرشناسه : نوری، سونیا، ۱۳۷۲-  
عنوان و نام پدیدآور : طبقه هفتم/ نویسنده سونیا نوری.  
مشخصات نشر : تهران: باران بهار، ۱۴۰۲.  
مشخصات ظاهری : ۸۸ ص.  
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۹۳۸۵۱-۰-۴  
وضعیت فهرستی : فیبا  
نویسی موضوع : داستان‌های فارسی -- قرن ۱۵  
Persian fiction -- ۲۱st century  
رده بندی کنگره : PIR۸۳۶۳  
رده بندی دیویی : ۸۹۳/۶۳  
شماره کتابشناسی : ۹۳۳۳۳۷  
ملی اطلاعات رکورد : فیبا  
<کلیدواژه>

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

---

## طَبَقَةُ هَفْتَمِ

نویسنده: سونیا نوری

ناشر: باران بهار

چاپ: اول ۱۴۰۲

شمارگان: ۳۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۳۸۵۱-۰-۴



---

تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید نظری،

پلاک ۹۹، طبقه دوم تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵ / نمابر: ۶۶۴۸۰۸۸۲

---

قیمت ۱۰۵۰۰۰ تومان

همه حقوق برای نویسنده محفوظ است.

تقدیم به  
روح بزرگ پدر عزیزم

و ایمان دارم تو منبع مجزایی از  
انرژی شده‌ای که این چنین از لایه-  
هایت دل کندی...

## فهرست مطالب

---

- مقدمه ..... ۷
- فصل یکم: من عاشق خودم هستم ..... ۱۹
- فصل دوم: خدا باید باشد تا انسان بتواند ادامه دهد ..... ۳۵
- فصل سوم: درون من چه چیزهایی وجود دارد که من از آن بی‌خبرم؟ ..... ۴۳
- فصل چهارم: یک روز به خودم آمدم و طعم واقعی عشق را چشیدم ..... ۵۵
- فصل پنجم: چگونه می‌توانیم یک زندگی و سرنوشت جدید برای خودمان رقم  
بزنیم؟ ..... ۶۵
- فصل ششم: آن فقط یک رؤیا نبود ..... ۷۳
- فصل هفتم: رسالت زندگی ..... ۸۳

این کتاب یک داستان نیست؛  
فرمول ساده‌ای است برای زندگی.

## مقدمه

آیا واقعاً ما به دنیا آمده‌ایم که از صبح تا شب برای کمی خوشبختی تلاش کنیم؟

به نظر من زندگی آن قدر سطحی نیست یا حداقل خالق ما یا هر علت به وجود آمدن ما و این جهان آن قدر راحت نبود که بخواهیم تلاش‌های بیپایان کنیم. حتماً پی تولد ما دارمایی (رسالت ما در این دنیا) وجود دارد که با هدف‌تر و برنامه‌ریزی‌شده‌تر از آن است که بخواهیم زحمت بکشیم تا جرعه‌ای خوشبختی بچشیم. من به دنیا آمدم تا به اهدافم برسم، کامل شوم و زندگی را تجربه کنم نه زنده ماندن را.

اگر به اطراف خود نگاه کنید اگرچه اشیاء، اجسام، مردم و اماکن دورتادور ما قرار گرفته‌اند؛ اما فرکانس‌های نامرئی هم در اطراف ما وجود دارند که اطلاعات خاصی در آن‌ها ذخیره شده است. مثل امواج رادیویی تلفن همراه و... اما چون آن‌ها را مشاهده نمی‌کنید دلیل بر این نیست که آن‌ها وجود ندارند فقط کافی است رادیو را روشن کنید و فرکانس را اندکی تغییر دهید تا برنامه موردعلاقه خود را پیدا کنید.

ما می‌خواهیم با تمرینات ساده یاد بگیریم چطور افکار و احساسات خود را کنترل کنیم. افکار، واکنش‌های بیوشیمیایی مغزی هستند که سبب آزاد شدن سیگنال‌های شیمیایی می‌شوند. این سیگنال‌های شیمیایی همان احساسی را به بدن شما القا می‌کنند که قبلاً به آن فکر کرده‌اید این احساسات سبب ایجاد افکار و این افکار سبب بروز احساسات می‌شوند و این چرخه همچنان ادامه دارد و ما می‌خواهیم کنترل این چرخه را برعهده بگیریم.

برای رسیدن به آگاهی باید دست از گذشته چیزهایی که برای شما آشنا هستند بردارید و روی چیزهایی که نمی‌شناسید تمرکز کنید. در

این صورت است که شما احتمالات، تجربه و احساسات جدید را خلق می‌کنید و چیزهای روزمره و تکراری، دیگر برای شما مفهومی نخواهند داشت.

من نه یک فیلسوف هستم با نظریه عجیب و غریب نه یک دانشمند با اکتشافات خارق‌العاده من هم مانند کسانی که این کتاب را می‌خوانند انسانی بودم با شکست‌های روزمره. درس گرفتن از شکست‌هایم را در چند فصل به‌طور خلاصه بیان کردم و یا بهتر بگویم دیدگاه بهتری را راجع به زندگی گفتم. این کتاب برای کسانی است که می‌خواهند تغییر کنند و آن انسان خاصی شوند که همیشه ماندگار است. وقتی دیدم که خیلی از ما از وجود خودمان بی‌خبر هستیم و ارزش درونی‌مان را فراموش کردیم و به دنبال چیزهای پوچی که زودگذر است هستیم دلم به لرزه‌ای افتاد تا به همه بگویم آنچه هستید خیلی باارزش‌تر از آن است که بخواهد برای بودن به هر کاری دست بزند برای دیده‌شدن، جلب توجه کند و تلاش کند پول‌گرافی را بابت لباسی بدهد که فقط زیبا شود. به همگان بگویم فقط کافی است کمی انسان باشی. انسانیت ماندگار است وقت آن رسیده است که با درون و ذهن خود دلبری کنید نه فقط ظاهر. می‌خواهم آرامش را به شما بچشانم که بهتر تصمیم‌گیری کنید؛ تصمیم یعنی انتخاب، انتخاب یعنی مسیر و مسیر یعنی زندگی. این میل توست که می‌خواهی آدم باشی یا فقط کمی انسان!

یک روز رؤیایی را در خواب دیدم آن قدر زیبا بود که دوست داشتم دوباره آن رؤیا را ببینم. خیلی تلاش کردم دوباره آن را ببینم ولی نشد .... بنابراین تلاش کردم آن رؤیا را به حقیقت پیوندانم.



